



Управление образования администрации
муниципального образования
город Новоросси́йск



МЕТОДИЧЕСКИЙ СБОРНИК

для родителей
выпуск 4

2019

Содержание

Раздел 1. Права, обязанности и ответственность родителей.....	3
Раздел 2. Знаете ли вы своего ребёнка?	10
Раздел 3. Формирование жизнейстойкости и стрессоустойчивости.....	14
Раздел 4. «Жизнь прекрасна» или «Спасём наших детей от суицида»	17
Раздел 5. Как уберечь детей от вредных привычек?.....	22

*Права, обязанности
и ответственность
родителей*



**Ребёнок учится тому,
что видит у себя в дому: родители пример тому!**

П.И.Пидкасистый



Что должны знать родители!!!

***Основные Законы,
нормативно-правовые акты***

- ✓ Конвенция ООН о правах ребенка
- ✓ Конституция РФ
- ✓ Семейный Кодекс РФ
- ✓ Уголовный Кодекс РФ
- ✓ ФЗ «Об образовании в РФ»
- ✓ Административный Кодекс РФ
- ✓ Закон Краснодарского края №1539



Статья 18.

Родители имеют общую и первичную ответственность за воспитание и развитие ребенка. Они обязаны в первую очередь думать об интересах ребенка.



Статья 38.

1. Материнство и детство, семья находятся под защитой государства;
2. Забота о детях, их воспитание – равное право и обязанность родителей;

Статья 43.

1. Каждый имеет право на образование.
4. Основное общее образование обязательно. Родители или лица, их заменяющие, обеспечивают получение детьми основного общего образования.



Глава 4. Обучающиеся и их родители (законные представители):

Статья 43. Обязанности и ответственность обучающихся;

Статья 44. Права, обязанности и ответственность в сфере образования родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.



Статья 43.

За неисполнение или нарушение Устава Школы, правил внутреннего распорядка и иных нормативных актов к обучающимся школы могут быть применены **меры дисциплинарного взыскания** – замечание, выговор, отчисление из образовательного учреждения.

По решению Школы и с согласия КДН и ЗП за неоднократное совершение дисциплинарных поступков, допускается **применение отчисления несовершеннолетнего обучающегося, достигшего возраста 15 лет.**

Статья 44.

1. Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся **обязаны** обеспечить получение детьми общего образования.

6. За неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей, установленных настоящим Федеральным законом и иными федеральными законами, родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся несут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации.



Глава 12. Права и обязанности родителей

Статья 56. Право ребенка на защиту;

Статья 63. Права и обязанности родителей по воспитанию и образованию детей;

Статья 65. Осуществление родительских прав.

Статья 69. Лишение родительских прав.

Статья 77. Отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью.

Статья 56. Право ребенка на защиту

1. Ребенок имеет право на защиту своих прав и законных интересов.
2. Ребенок имеет право на защиту от злоупотреблений со стороны родителей (лиц, их заменяющих).
3. Должностные лица организаций и иные граждане, которым станет известно об угрозе жизни или здоровью ребенка, о нарушении его прав и законных интересов, обязаны сообщить об этом в орган опеки и попечительства по месту фактического нахождения ребенка.

Статья 63. Права и обязанности родителей по воспитанию и образованию детей

1. Родители имеют право и обязаны воспитывать своих детей.
2. Родители обязаны обеспечить получение детьми основного общего образования и создать условия для получения ими среднего (полного) общего образования.



Статья 65. Осуществление родительских прав

1. Родительские права не могут осуществляться в противоречии с интересами детей. Обеспечение интересов детей должно быть предметом основной заботы их родителей.

2. Все вопросы, касающиеся воспитания и образования детей, решаются родителями по их взаимному согласию, исходя из интересов детей и с учетом мнения детей.

Статья 69. Лишение родительских прав

1. Уклонение от родительских обязанностей.
2. Злоупотребление родительскими правами.
3. Жестокое обращение с детьми.
4. Хронический алкоголизм, наркомания.

Статья 77. Отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью

1. При непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью орган опеки и попечительства вправе немедленно отобрать ребенка у родителей (одного из них) или у других лиц, на попечении которых он находится.



Глава 16. Преступления против жизни и здоровья

Статья 125. Оставление в опасности

Глава 20. Преступления против семьи и несовершеннолетних

Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего

Статья 125. Оставление в опасности

Заведомое оставление без помощи лица, находящегося в опасном для жизни или здоровья состоянии.

Минимальное наказание – штраф в размере 80 000 руб.

Максимальное наказание – лишение свободы сроком до 1 года.

Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего

Неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом, на которое возложены эти обязанности, а равно педагогом или другим работником образовательного учреждения.

Минимальное наказание – штраф в размере 100 000 руб.

Максимальное наказание - лишение свободы сроком до 5 лет.

За невыполнение или ненадлежащее выполнение
родительских обязанностей,
а также за совершение правонарушений
в отношении своих детей **родители несут**
административную, уголовную и иную ответственность!

*«На родителях, только на родителях лежит
священнейшая обязанность сделать своих детей
человеками, обязанность же учебных заведений –
сделать их учеными, гражданами, членами
государства на всех ступенях. Но кто не сделался
прежде всего человеком, тот плохой гражданин.
Так давайте же вместе будем делать наших детей
человеками...».*

В.Г. Белинский



Берегите детей, берегите
Злые чары от них отводите,
Счастье, радость, заботу дарите –
Берегите!

Берегите детей, берегите:
Их жалеите, лелейте, любите
И любить их других научите –
Берегите!

Берегите детей, берегите:
От невзгод и потерь их храните,
Их печали себе заберите –
Берегите!

Знаете ли вы своего ребенка?



Многие из Вас, уважаемые родители, считают, что своего ребенка Вы знаете досконально. Чем меньше наш ребенок, тем мы действительно лучше его знаем. Но, уже общаясь с воспитателем в детском саду, замечаем, что наши суждения становятся все более приблизительными, через 10-12 лет довольно часто обнаруживаем в собственной семье, в лице собственного ребенка прекрасного (а бывает и совсем наоборот) незнакомца.

Знаете ли вы своего ребенка, его достоинства и недостатки и что надо знать о нем?

Прочтите сочинение одной несчастной мамы...

Сочинение «Мой ребенок»

«Я очень хотела иметь ребенка. Но мне долго это не удавалось. Я уже решила, что я неполноценная женщина, когда, наконец поняла, что беременна, моему счастью не было предела. Я очень трудно вынашивала и рожала моего сына. Пока он не появился на свет, я много думала о нем, какой он будет внешне, как он будет расти и уметь с каждым годом, как мы будем с ним гулять по улицам, а все будут с восхищением смотреть на нас. Я представляла все главные вехи его жизни: вот он идет в детский сад, вот поступает в школу... но судьба вместе со счастьем быть матерью дала мне наказание. Мой ребенок родился не очень здоровым, и его дошкольное детство было для меня цепочкой бессонных ночей и терзаний. Иногда я спрашивала Бога, за что мне такие муки? Но самое страшное началось в школе. Он оказался совсем неспособным к обучению. Очень злой и агрессивный, обманывает меня и учительницу, берет чужие вещи, очень ленивый, ничем не интересуется, ни с кем не дружит. Оказывается, я не воспитала в ребенке ничего хорошего... Мне уже стыдно появляться в школе и открывать дневник. Порой мне кажется, что я сойду с ума».

Какую реакцию вызвало у вас это сочинение? Представьте себя в роли этой женщины, которая одна воспитывала сына и связывала с ним все свои надежды. Не редко мы встречаем родителей с очень похожими проблемами, родителей у которых опустились руки, родителей оказавшихся беспомощными в «тупиковой ситуации».

Представьте себя ее ребенком, которого мама ни разу не назвала по имени, от которого она сходит с ума и знает все его недостатки. Что вы почувствовали в той и другой роли? Какую ошибку совершила мама этого ребенка?

Предлагаю вам заполнить таблицу.

Достоинства моего ребенка	Недостатки моего ребенка	Каким бы я хотела видеть моего ребенка

Какая колонка таблицы оказалась больше заполненной? Почему?

В жизни нет ни одного человека, у которого были бы только одни достоинства или недостатки, как нет и человека без достоинств и недостатков. **Мудрость родителей заключается в том**, что, видя то и другое, они соотносят их с эффективностью семейного воспитания. Описанная мама сама признала, что не воспитала в ребенке ничего хорошего. Но ребенок не пустой сосуд. И если в нем не формируются какие-то положительные качества, то возникают вредные привычки и наклонности. Если ребенок ленив, это означает, что в семье не приучали к труду, если он агрессивен, значит, он не познал доброго отношения, если у ребенка появились вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков), в семье не привили навыков здорового образа жизни и подбора социального окружения (круга общения ребенка). Родители должны хорошо знать достоинства и недостатки своего ребенка, чтобы уравновешивать их, опираясь на положительное, чтобы помочь ему избавиться от отрицательного. Попробуйте взглянуть на своего ребенка такими глазами.

Тест «Искусство воспитания»

Внимательно прочитайте вопросы и ответьте на них одним из трех слов: «да», «нет», «отчасти, иногда». «Да» - 2 балла; «отчасти, иногда» - 1 балл, «нет» - 0 баллов.

1. Считаете ли вы, что в вашей семье есть взаимопонимание с детьми?
2. Говорят ли с вами дети «по душам», советуются ли по личным делам?
3. Интересуются ли они вашей работой?
4. Знаете ли вы друзей ваших детей?
5. Участвуют ли дети вместе с вами в хозяйственных делах?
6. Проверяете ли вы, когда они учат уроки?

7. Есть ли у вас общие с ними дела, занятия и увлечения?
8. Участвуют ли дети в подготовке к семейным праздникам?
9. Детские праздники - предпочитают ли дети, чтобы вы были с ними, а не уходили из дома?
10. Обсуждаете ли вы с детьми прочитанные книги?
11. А телевизионные передачи и фильмы?
12. Бываете ли вы вместе в театрах, музеях, на выставках и концертах?
13. Участвуете ли вместе с детьми в прогулках, лыжных походах?
14. Предпочитаете ли проводить отпуск вместе с детьми?

Более 20 баллов: ваши отношения с детьми в основном можно считать благополучными.

С 10 до 20 баллов: отношения можно оценить, как удовлетворительные, но недостаточно многосторонние. Вам следует подумать, как они должны быть улучшены и чем дополнены.

Менее 10 баллов: ваши контакты с детьми явно недостаточны. Необходимо принимать срочные меры для их улучшения.

Анализ своих отношений с ребенком поможет вам серьезнее отнестись к процессу воспитания, по-новому взглянуть на систему своих воздействий и понять возможные результаты этого воздействия.

Находите время посмотреть на себя, как на родителя со стороны, ищите ответы на ТРУДНЫЕ вопросы вместе с ребенком, с учителями, не бойтесь обращаться к специалистам (психологам, врачам).

Наши дети должны быть любимы и приняты такими, какие они есть. **Пусть ребёнок чувствует поддержку и доброе слово родителя.** Ведь ребёнок - пусть даже не гениальный математик, не талантливый певец - хорош уже тем, что он есть. Вовлекайте детей в работу клубов, объединений, спортивных секций и творческих объединений. Именно там ребенок может проявить все свои таланты, именно там для него будет создана ситуация успеха.

Наша задача сформировать у детей чувство надежности - семейного тыла, чувство уверенности в том, что тебя понимают, способность адаптироваться на разных этапах взросления. Как же сформировать жизнестойкость и стрессоустойчивость ребенка?

Формирование жизнестойкости и стрессоустойчивости



Жизнестойкие люди в стрессовых ситуациях (в частности, во время серьезных перемен) ищут поддержку и помощь у близких, и сами готовы ответить им тем же, верят, что перемены и стрессы естественны, и что они - скорее возможность для роста, развития, более глубокого понимания жизни, чем риск, угроза благополучию.

Было выявлено, что **положительно на формирование жизнестойких убеждений влияют:**

- пример родителей, достойно преодолевающих материальные трудности, развод, частые переезды, и пр.- формируется понимание «Я справлюсь! Я найду выход!»;

- ощущение предназначения в жизни – формируется отношение к труду и способности самореализации «У меня все получится», «Не бросай начатое дело..»;

- воспитание уверенности, поддержание высоких стандартов – формируется стремление к достижению результата в ходе проб и ошибок.

Негативно на развитие жизнестойкости в детстве влияет:

- недостаток поддержки, подбадривания близкими;
- отсутствие чувства предназначенности;
- недостаток вовлеченности в различные мероприятия, школьную жизнь, отчужденность от значимых взрослых.

Жизнестойкость ребенка – способность достаточно легко преодолевать жизненные трудности и изменения и приспособиться к ним. Они независимы и самодостаточны, не теряют внутреннего контроля над собой.

Чем же такие дети, которые получили название жизнестойких, отличаются от других детей? Можно выделить 5 общих качеств:

1. **Высокую адаптивность.** Такие дети социально компетентны и умеют себя вести непринужденно как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых. Они умеют расположить окружающих к себе.

2. **Уверенность в себе.** Трудности только подзадоривают их. Непредвиденные ситуации не смущают.

3. **Независимость.** Такие люди живут своим умом. Хотя они внимательно прислушиваются к советам взрослых, но умеют при этом не попадать под их влияние (Бехтерев сказал бы, что *они мало подвержены внушению*).

4. **Стремление к достижениям.** Такие дети стремятся продемонстрировать окружающим свою высокую успеваемость

в школе, спортивные успехи, художественные или музыкальные способности. Успех доставляет им радость. Они на собственном опыте убеждаются, что могут изменить те условия, которые их окружают.

5.Ограниченность контактов. Обычно их дружеские и родственные связи не слишком обильны. Они устанавливают лишь несколько устойчивых и постоянных контактов с другими людьми. Малое количество связей способствует их чувству безопасности и защищенности.

Современная школа имеет достаточный ресурс диагностирования степени жизнестойкости детей и дальнейшее психолого-педагогическое сопровождение выявленной «группы риска». Исследования в данной области показали, что ученики начальных классов отвечают, что их наказывают за плохие оценки, даже бьют. В ответах старшеклассников в большинстве социологических опросов физическое насилие почти не упоминается, но только половина опрошенных считают своё положение в семье равноправным. Вышеперечисленные факторы могут спровоцировать суицид: подростки чувствуют себя в семье одинокими людьми, которых никто не понимает и не любит. Данные исследования показали, что чем лучше взаимоотношения с родителями, тем меньший процент подростков, задумывающихся о самоубийстве. Те же исследования показали, что у самоубийц и потенциальных самоубийц отношения с родителями или одним из них были плохие или удовлетворительные. *Следует помнить*, что большинство самоубийств связано с конфликтными ситуациями в семье, не способность принимать критику, импульсивное поведение. На втором месте – несчастная любовь.

Итоги диагностик по жизнестойкости Вы можете обсудить с педагогом-психологом школы. Интересуйтесь, спрашивайте совета, сближайтесь со своими детьми ДЕЛАМИ И ИНТЕРЕСАМИ. Пока наши дети рядом, все можно изменить.

*Жизнь прекрасна или
Спасём наших детей
от суицида?*



Проблема ухода детей из жизни отвергается большинством родителей до того момента, пока в ближайшем окружении не случается беда. Как правило, детский суицидальный поступок случается внезапно, без видимых на то причин. Это мнение ошибочно: тревожные сигналы были, но окружающие (родители, сверстники, педагоги) либо не обратили на них внимания, либо не придали им значения.

Памятка для родителей

(разработка МАОУ гимназии №5)

Большинство людей в той или иной форме предупреждают окружающих. **Дети вообще не умеют скрывать своих планов.** Разговоры вроде «никто и не мог предположить» означают лишь то, что окружающие не приняли или не поняли посылаемых сигналов.

Ребенок может прямо говорить о суициде, может рассуждать о бессмысленности жизни, что без него в этом мире будет лучше.

Должны насторожить фразы типа **«все надоело», «ненавижу всех и себя», «пора положить всему конец», «когда все это кончится», «так жить невозможно», вопросы «а что бы ты делал, если бы меня не стало?»**, рассуждения о похоронах.

Тревожным сигналом является **попытка раздать все долги, помириться с врагами, раздарить свои вещи, особенно с упоминанием о том, что они ему не понадобятся.**

Кроме перечисленных, выделяются еще несколько признаков **готовности ребенка к суициду**, и при появлении 1-2 из которых следует обратить особое внимание:

- утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
- резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
- внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
- плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;

- безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
- стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было;
- самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
- шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

Что делать? Как помочь?

Если вы заметили у ребенка суицидальные наклонности, постарайтесь поговорить с ним по душам. *Только не задавайте вопроса о суициде внезапно, если человек сам не затрагивает эту тему.*

Попытайтесь выяснить, что его волнует, не чувствует ли он себя одиноким, несчастным, загнанным в ловушку, никому не нужным или должником, кто его друзья и чем он увлечен. Можно попытаться найти выход из сложившейся ситуации, но чаще всего ребенку достаточно просто выговориться, снять накопившееся напряжение, и его готовность к суициду снижается.

Всегда следует уяснить **«Какая причина»** и **«Какова цель»** совершаемого ребенком действия. Не бойтесь обращаться к специалистам-психологам.

Обращение к психологу не означает постановки на учет и клейма психической неполноценности!

Большинство людей покушающихся на свою жизнь - психически здоровые люди, личности, творчески одаренные, просто оказавшиеся в сложной ситуации.

Спасти ребенка от одиночества можно только любовью!

<i>Если Вы слышите</i>	<i>Обязательно скажите</i>	<i>Запрещено говорить</i>
«Ненавижу всех...»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старайся!»

Если замечена склонность несовершеннолетнего к суициду, данные советы помогут изменить ситуацию

1. Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план суицида, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.

3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

5. Постарайтесь аккуратно спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

Важно соблюдать следующие правила:

Будьте уверены, что вы в состоянии помочь;

Будьте терпеливы;

Не старайтесь шокировать или угрожать человеку, говоря **"пойди и сделай это"**;

Не анализируйте его поведенческие мотивы, говоря:

"ты так чувствуешь себя, потому, что...";

Не спорьте и не старайтесь образумить подростка, говоря:

"ты не можешь убить себя, потому что...";

Делайте все от вас зависящее.

И, конечно же, обращайтесь к специалистам за помощью!

Телефон доверия | 8-800-2000-122



Как уберечь детей от вредных привычек?



Об отношении детей к употреблению психоактивных веществ родители должны задуматься задолго до вступления ребенка в подростковый возраст. С младенческого возраста ребенок впитывает и некритично копирует стереотипы поведения, принятого в семье. Родителям важно следить, какие фразы они произносят в присутствии ребенка, например, фразы «Я так устал, хочу выпить, расслабиться», либо «Давай позовем друзей, попьем пива» могут сформировать мнение, что алкоголь в самом деле незаменимая в жизни вещь. А от толерантного отношения к алкоголю недалеко и к толерантному отношению к наркотикам.

Советы психологов как уберечь ребенка от вредных привычек:

1. Устанавливайте с ребенком тесный эмоциональный контакт.
2. Следите за кругом общения, в котором находится ваш ребенок.
3. Не бравадируйте выпивкой и другими вредными привычками на глазах у ребенка.
4. Научитесь слушать своего ребенка.
5. Показывайте своим примером бережное отношение к здоровью.
6. Любите и уважайте вашего ребенка. Позволяйте ему проявлять свои чувства. Не прерывайте его искренних, пусть даже бурных реакций.
7. Старайтесь, чтобы у ребенка не было причин для скуки и тоски.
8. Больше проводите с ним времени.
9. Постарайтесь научить ребенка тому, что не все его желания будут немедленно удовлетворяться, то есть воспитывайте его сдержанность, терпение и силу воли.
10. Проводите беседы о вреде наркотиков и алкоголя.
11. Повышайте самооценку ребенка.
12. Приобщайте ребенка к домашним обязанностям.
13. Обращайте внимание на появление первичных признаков, указывающих на проявления интереса к алкоголю, курению, употреблению токсических (наркотических) веществ: появление зажигалок, крошки от сигарет в карманах, запах...

**Всероссийский Детский телефон доверия:
8-800-2000-122**

(бесплатно, круглосуточно)

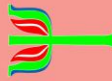
оказывается психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей.

**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
8 (928) 8-42-43-41**

**ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ:
Краевой телефон доверия психиатрической службы
8-800-100-38-94**

**КРАЕВАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА
для детей и подростков
8-800-250-29-55**

**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
Новороссийского филиала
психоневрологического диспансера:
с 08:00 до 15:00 8-8617-22-08-67
с 15:00 до 20:00 8-8617-61-25-08**



Главная Ценность Жизнь

Когда дорог ребёнок

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ



ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

- НА:**
- 1 Резкое снижение успеваемости;
 - 2 Проявление безразличия к учебе и оценкам;
 - 3 Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон;
 - 4 Раздражительность;
 - 5 Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздражаться дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей);
 - 6 Наличие суицидальной попытки в ближайшем окружении;
 - 7 Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть;
 - 8 Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.

ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ:

- ✓ **в семье:** конфликты в семье, смерть родного человека, отсутствие теплоты и взаимопонимания в семье;
- ✓ **в школе:** неуспехи в учебе, конфликты, страх не соответствовать ожиданиям окружающих;
- ✓ **в сфере общения:** неразделенная любовь, чувство одиночества, недоверие или враждебность по отношению к окружающим, попадание под чужое влияние, насмешки, грубость;
- ✓ **в сфере досуга:** Интернет – зависимость и злоупотребление сетевой активностью, подражание кумирам, интерес к смерти, религиозные, идеологические секты, однообразие, скудная жизнь, особые литературные, музыкальные, философские увлечения.

ПОМНИТЬ ЧТО ВАЖНО:

- ✓ установить заботливые взаимоотношения с ребенком;
- ✓ быть внимательным слушателем;
- ✓ быть искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации;
- ✓ помочь определить источник психического дискомфорта;
- ✓ вселять надежду, что все проблемы можно решить конструктивно;
- ✓ помочь ребенку осознать его личные ресурсы;
- ✓ оказать поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помочь определить перспективу на будущее;
- ✓ отложить все дела в сторону и уделить максимум внимания своему ребенку, быть щедрыми на ласку и доброе слово.

ЗНАТЬ К КОМУ И КУДА ОБРАТИТЬСЯ:

- к школьному психологу тел.: _____;
- к мобильному психологу МО тел.: _____;
- к психологу антикризисной бригады тел.: _____;
- позвонить по телефону доверия, работающему под единым общероссийским номером **8 800-2000-122** (бесплатно, круглосуточно);
- позвонить по телефону доверия ГБУЗ «СКПБ №8» **8 800-100-38-94** (круглосуточно);
- позвонить по телефону доверия психиатрической службы Краснодарского края для детей и подростков **8 800-250-29-55** (круглосуточно);
- звонить в службы экстренной психологической помощи детям, подросткам и молодежи, оказывающимся в трудных жизненных ситуациях **8 988-245-82-82**;
- позвонить по телефону горячей линии ГБУ «Центр диагностики и консультирования» Краснодарского края **8 (861) 245-82-82**.